

Утверждаю:	Дата: 19.05.2016	Согласовано:
	Детский сад №100 Центрального района Волгограда	Заведующий М.В. Славянский



Ясли	Сад				24 часа															
	Пищевые вещества	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества	Энергетическая ценность, ккал												
Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал

Завтрак

КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая)	150				180				180											
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150				200				200											
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20				30/5/20				30/5/20											
Итого за прием пищи:	355	11	10,1	62,2	387,2	435	13,2	11,6	73,5	457,4	435	13,2	11,6	73,5						

2 Завтрак

СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180				200				200											
Итого за прием пищи:	180	0,9	0,2	17,7	75,1	200	1,0	0,2	19,6	83,4	200	1,0	0,2	19,6						

Обед

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30				0				0											
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0				50				50											
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150				180				180											
ПЛОД ИЗ ПТИЦЫ	130				150				150											
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150				180				180											
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20				50				50											
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40				0				20											
Итого за прием пищи:	520	17,9	20,5	100,4	617,5	610	35,4	36,1	90,1	833,0	630	36,9	36,2	99,8						

Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)

СА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30				50				50											
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	50				70				70											
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120				130				130											
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИШОВНИКА	180				180				180											
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30				40				40											
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	0				0				50											
КАКАО С МОЛОКОМ	0				0				200											
Итого за прием пищи:	410	10,8	12,2	58,3	377,3	470	16,7	15,4	69,5	506,6	720	24,4	23,6	123,2						

2 Ужин

КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				0				180											
Итого за прием пищи:	0				0				180	5,1	4,4	7,0								
Всего за день:		40,6	43,0	239,6	1 457,6		66,3	63,3	252,7	1 880,4		80,6	76,0	323,1	2					